

**ВНИМАНИЕ!**

**участники Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса  
«Готов к труду и обороне» (ВФСК «ГТО»)**

**10 – 11 классы, 5- 6 ступени**

**12 апреля, четверг**

**стадион «Север», манеж**

**Обязательное испытание.**

Бег на короткую дистанцию по выбору: 30 м, или 60 м, или 100 м

**16.00 – бег на 30 м или 60 м, юноши, девушки**

**16.30 – бег на 100 м, юноши, девушки**

**Выбираем только одну дистанцию!**

Смотрим на сайте ГТО и запоминаем время выбранной дистанции  
на «золотой» знак.

**Прийти за 10 минут до начала 15.50 или 16.20** в зависимости от выбранной  
дистанции.

**Вход в зал по расписанию: 16.00 или 16.30** в зависимости от выбранной  
дистанции.

**Разминка 10 минут.**

**Старт по четыре человека, бег строго по своей дорожке!**

После финиша подходим к секретарю, называем Ф.И., № школы, сколько лет,  
узнаём результат.

**Спортивная форма, сменная спортивная обувь** (приветствуются шиповки).

